

Tanja Luoti
Vilma Välimaa

TOIMINNASTA TUKEA VANHEMMUUTEEN

- Esikon Valma-perheiden vuorovaikutuksen ja jaksamisen tukemista ryhmätoiminnan keinoin

Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosionomi
2014

TOIMINNASTA TUKEA VANHEMMUUTEEN

Luoti, Tanja; Välimaa, Vilma
Satakunnan Ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan koulutusohjelma
Marraskuu 2014
Rajaniemi, Kari
Sivumäärä: 32
Liitteitä: 1

Asiasanat: toiminnallinen opinnäytetyö, vanhemmuus, ryhmätoiminta, parisuhde, itsetunto

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli järjestää ryhmätoimintaa Esikon Valma-perheille. Päättävöitteena työssä oli tukea vanhemman ja lapsen välistä suhdetta ja vanhempien jaksamista ryhmän avulla. Tarkoituksena oli antaa vanhemmille vinkkejä arkeen ja harjoitella ryhmässä toimimista sekä antaa lapsille kokemus ryhmässä toimimisesta, jossa on myös muita lapsia ja aikuisia. Työn aikana kehittyi myös meidän oma osaamisemme ryhmän ohjauksessa.

Opinnäytetyömme oli toiminnallinen. Aloitimme kesällä 2013 suunnittelun ja ryhmä toteutettiin viisi kertaa kevään 2014 aikana. Ryhmiin suunniteltiin mahtuvan neljästä viiteen vanhempaa lapsineen. Ryhmien ajateltiin pysyvän samana alusta loppuun asti. Tapaamiskertojen avulla pohdittiin, antavatko tällaiset ryhmät tukea vanhempi-lapsi suhteisiin. Varsinaista tutkimusta ei prosessissa ollut vaan toiminnallisen opinnäytetyön tuotoksena toimi pidetyt ryhmätapaamiset. Opinnäytetyöraporttiin kerättiin aineistoa havainnoinnin sekä vanhemmilta saadun palautteen avulla.

Opinnäytetyöraportissamme kuvataan työhön liittyviä oleellisia käsitteitä. Tällä tavalla työtä saadaan paremmin ymmärrettäväksi. Raporttiimme on kirjoitettu myös teoriapohjaa, joka tukee ja selkeyttää työtä.

Opinnäytetyön vuoksi järjestettiin viisi eri ryhmätapaamista, joihin osallistui vanhempia lapsineen. Havaintojemme ja palautteen pohjalta voimme todeta, että emme päässeet kaikkiin niihin tavoitteisiin, joihin pyrimme. Ryhmäkerrat eivät toteutuneet niin kuin oletimme, sillä ryhmäläiset vaihtuivat joka kerran jälkeen, vaikka suunnitelmissa oli pitää ryhmä samana koko ajan. Työ antoi kuitenkin varmuutta ja ideoita meille ryhmän ohjaukseen ja tulevaa työtä varten.

ACTIVITY SUPPORTING PARENTHOOD

Luoti, Tanja; Välimaa, Vilma
Satakunta University of Applied Sciences
Degree Programme in Social Services
November 2014
Rajaniemi, Kari
Numbers of pages: 32
Appendices: 1

Key words: functional thesis, parenthood, group activities, relationship, self-esteem

The purpose of this thesis was to arrange group for Esikko Valma-families. Main target was to support parent and child relationship and improve coping with group. Purpose was to give winks for increasing their social network. One of the main point was also get children know other children and teach them working with other children. Within the project our own professionalism for guiding group activities developed.

Our thesis was functional. In the summer 2013 we started planning, Five group times was held on spring 2014. It was planned that every time was four to five parents and child. It was thought that group members stay same from start to finish. With group meeting does these kind of group give support for parent-child relationship. Research method was qualitative research and material was get for participating observation and feedback from parents.

In thesis raport is explained important concept related for project. This kind project is easier to understand. In raport is also writed supporting theory.

For thesis was arranged five different group meetings which participate parents with their children. With observation and feedback we can note that we didn't archieve our target. Group meetings didn't go as we supposed, because group members changed every time. Still project gave us certainty to guidance for group activity and gave point for future work career and our own life.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	5
2	TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT.....	6
2.1	Toiminnallinen opinnäytetyö.....	6
2.2	Esikko.....	6
2.3	Esikon toimintaa ohjaavat arvot.....	7
2.4	Valma-perhe toiminta.....	8
2.5	Minäkuva ja itsetunto.....	9
2.6	Vanhemmuus.....	10
2.7	Parisuhde ja tulevaisuus.....	11
2.8	Yhteisöllisyys.....	13
3	TYÖN TARKOITUS, TAVOITE JA TEHTÄVÄT.....	14
4	HAVAINNOINTI.....	14
4.1	Havainnointi osana opinnäytetyötä.....	16
4.2	Palaute.....	16
5	RYHMÄTAPAAMISTEN SUUNNITTELU JA TOIMINNALLISET MENETELMÄT.....	17
5.1	Suunnitelma.....	18
5.2	Toiminnalliset menetelmät.....	18
6	RYHMÄTAPAAMISTEN KÄYTÄNNÖNTOTEUTUS.....	19
6.1	Tutustuminen.....	19
6.2	Leipuri Hiiva.....	20
6.3	Tulevaisuuskartta.....	22
6.4	Grillaaminen.....	23
6.5	Yhteenveto.....	23
7	ARVIOINTI.....	24
7.1	Omat havainnot.....	25
7.2	Ryhmäläisiltä saatu palaute.....	27
8	POHDINTA.....	29
	LÄHTEET.....	31
	LIITTEET	

1 JOHDANTO

Jos haluat lastesi kehittyvän, anna heidän kuulla mitä kaunista kerrot heistä toisille.

— *Haim Ginott*

Opinnäytetyömme oli toiminnallinen ja se oli suunniteltu tukemaan vanhempia, jotka tarvitsevat tukea omassa vanhemmuudessaan. Järjestimme ja ohjasimme kevään 2014 aikana viisi vanhemmille ja heidän lapsilleen suunnattua ryhmätapaamista. Suunnittelimme ja toteutimme tapaamiset Porin ensi- ja turvakotiyhdistyksen tiloissa sekä ulkona.

Tärkein tavoitteemme opinnäytetyössämme oli vanhempien oman jaksamisen tukeminen arjessa. Tarkoitus oli myös antaa vanhemmille erilaisia vinkkejä arkeen ja tutustuttaa heidät toisiinsa ja mahdollistaa sen, että he voisivat myös tulevaisuudessa tukeutua toisiinsa. Yhtenä työmme tarkoituksena oli myös saada tuettua ja kehitettyä vanhempien ja lasten välistä suhdetta erilaisin harjoituksin.

Kehitimme omaa ammatillisuuttamme ryhmätoiminnan ohjaamisessa toiminnan ohella. Pidämme ohjaustaitoja yhtenä sosionomin tärkeimpänä ammatillisena valmiutena, joten siksi valitsimme toiminnallisen opinnäytetyön. Opinnäytetyötä tehdessämme saimme mahdollisuuden harjaannuttaa itseämme ryhmän ohjaajina.

Opinnäytetyöraportissa käsittelemme keskeisiä työtä koskevia käsitteitä, kuten vanhemmuutta, parisuhdetta ja itsetuntoa. Pyrimme näin luomaan opinnäytetyöstä sujuvasti luettavan kokonaisuuden.

2 TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT

Toiminnallisessa opinnäytetyössä on hyvä käyttää alan teorioista nousevaa tarkastelutapaa valintoihin ja niiden perusteluihin. Apuvälineenä työssä toimii hyvä tietopohja ja määritellyt käsitteet. Tässä luvussa käymme läpi opinnäytetyömme taustateorioita ja keskeisiä käsitteitä. (Vilkka & Airaksinen 2003, 42-43.)

2.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

”Toiminnallinen opinnäytetyö tavoittelee ammatillisessa kentässä käytännön toiminnan ohjeistamista, opastamista, toiminnan järjestämistä” (Vilkka & Airaksinen 2003, 9). Lopullisena tuotoksena toiminnallisessa opinnäytetyössä täytyy aina olla jokin konkreettinen tuote. Se voi olla esimerkiksi perehdytysopas, ryhmät, messut, näyttelyt, kirja tai portfolio. Toiminnallisessa opinnäytetyössä tärkeää on, että siinä yhdistyvät käytännön toteutus ja sen raportointi tutkimusviestinnän keinoin. Toiminnalliseen opinnäytetyötyöhön kuuluu kaksi osiota. Työmme ensimmäinen osio koostui ryhmätapaamisista, jotka järjestimme Valma-perheille ja toinen osio puolestaan koostui kirjallisesta raportista. (Vilkka & Airaksinen 2003, 9, 51.)

2.2 Esikko

Asuin- ja palvelutalo Porin Esikko on toiminut vuodesta 1989 Tiilimäen kaupunginosassa Porin ensi- ja turvakotiyhdistyksen ylläpitämänä. Porin ensi- ja turvakotiyhdistys on voittoa tavoittelematon lastensuojelujärjestö, joka on perustettu v. 1945. Yhdistys pyrkii vaikuttamaan sekä paikallisesti että valtakunnallisesti lapsiperheiden auttamiseksi. Tavoitteena on turvata lapsen oikeus riittäviin kasvuolosuhteisiin ja turvalliseen kehitykseen sekä tukea vanhemmuutta ja ehkäistä perheväkivaltaa. (Porin ensi- ja turvakotiyhdistys ry 2012, 5.)

Yhdistys käyttää perhekeskeisiä menetelmiä työskentelyssä perheiden kanssa. Toiminta painottuu neljälle erityisosaamisen alueelle joita ovat: perhetyö, perheväkivalta- ja kriisityö, päiväryhmätoiminta sekä kehittämistyö. Toimintaa toteutetaan ylläpitämällä yhteisöasumiseen perustuvaa palvelutaloa sekä tuottamalla monipuolisia avopalveluita lapsiperheille. (Porin ensi- ja turvakotiyhdistyksen www-sivut.)

Esikossa on 20 vuokrasuhteista perheasuntoa. Ensisijaisesti kriisitilanteessa oleville lapsiperheille ja yksinhuoltajille tukiasunnot tarjoavat pitkäaikaista ja yksilöllistä kuntoutusta ja tukea. Valma-yhteisökuntoutukseen tuleville perheille on 4 asuntoa. Asuin- ja palvelutalo Esikossa on henkilökunta paikalla aamusta iltaan arkipäivisin ja viikonloppuisin aamusta iltapäivään. Aukkaiden käytössä on yhteisötila, opetuskeittiö, tenavatupa, pyykkitupa ja sauna. Lisäksi ulkoleikkeihin on mahdollisuus pienellä aidatulla piha-alueella. (Porin ensi- ja turvakotiyhdistyksen www-sivut.)

2.3 Esikon toimintaa ohjaavat arvot

”VÄKIVALLAN VASTUSTAMINEN

- kaikenlaisen perhe- ja lähisuhdeväkivallan ehkäiseminen ja väkivallan aiheuttamien seurausten hoitaminen
- nopean ja joustavan avun tarjoaminen väkivallan kaikille osapuolille

YKSILÖLLISYYDEN JA ERILAISUUDEN HYVÄKSYMINEN

- asiakkaiden kunnioittava kohtaaminen sukupuoleen, kansallisuuteen, vakaumukseen yms. katsomatta

YKSILÖN ITSEMÄÄRÄÄMISOIKEUDEN KUNNIOITTAMINEN

- oman elämänhallinnan ja itsenäisen päätöksenteon hyväksyminen

TASA-ARVOISUUS

- tasapuolinen kohtaaminen ikään, sukupuoleen, asemaan yms. katsomatta

PERHEKESKEISYYS

- koko perheen kohtaaminen ja tukiverkoston ylläpitäminen

LAPSILÄHTÖISYYS

- lapsuuden suojelu ja lapsen näkyväksi tekeminen

AMMATILLISUUS

- erityisosaava, moniammatillinen henkilökunta, valtakunnallisten laatukriteerien noudattaminen ja verkostoituminen” (Porin ensi- ja turvakotiyhdistyksen www-sivut).

2.4 Valma-perhe toiminta

Valma-yhteisökuntoutuksen malli on ammatilliseen ohjaukseen ja yhteisökuntoutuksen perustuva malli, jota toteutetaan perhetyössä Porin Esikossa. Nimi Valma tulee sanoista valmennusta mahdollisuuteen. Mallia on kehitetty vuosina 2008–2012 Porin ensi- ja turvakotiyhdistys ry:ssä ja kehittämishanketta rahoitti Raha-automaattiyhdistys ry. Rahoituksen avulla palkattiin kaksi työntekijää tehostettuun perhetyöhön. Perhetyötä tehtiin aiemmin Porin Esikossa lähinnä turvakotityön ohella henkilöstöresurssien puuttuessa. (Porin ensi- ja turvakotiyhdistys ry 2012, 5.)

Kehittämistyössä oli mukana useita eri yhteistyöverkostojen ammattilaisia, jotka myös näkivät ahdistavia, surullisia ja epätoivoisia tarinoita lapsiperheiden elämästä. Tavoitteena oli löytää auttamisen malli, joka oli aidosti ihmisläheinen ja arkipäivään sopiva. Asuin- ja palvelutalo Esikossa asui perheitä, jotka olivat turhautuneita siihen, etteivät kokeneet missään tullessa kuulluiksi. (Porin ensi- ja turvakotiyhdistys ry 2012, 5.)

Malliin vaikuttavia tekijöitä ovat vakauttaminen, sekä vertaistuki, sosiaalinen vuorovaikutus, turvallisuuden tunnetta tuottavat rajat ja tukea luovat viranomaisverkot.

Valma-yhteisökuntoutuksen malli on tarkoitettu lapsiperheille,

- joissa on riski lapsen huostaanottoon todennäköinen.
- jotka tarvitsevat tukea vanhemmuuteen ja arjessa pärjäämiseen.
- joissa vanhemman omat traumaattiset kokemukset aiheuttavat vaikeutta toimia vanhempana.
- joissa lapsen tai vanhemman neuropsykiatriset vaikeudet aiheuttaa ongelmia.

Valma-yhteisökuntoutus on suunnitelmallista työtä ja siinä tuetaan kaikkia perheen jäseniä. Työ on erityistä osaamista vaativaa ammatillista työtä, jota arvioidaan säännöllisesti ja joka edellyttää yhteistyötä eri toimijoiden välillä. Kehittämishankkeen jälkeen Valma-yhteisökuntoutuksesta on tullut pysyvä työmuoto Asuin- ja palvelutalo Esikossa. (Porin ensi- ja turvakotiyhdistys ry 2012,7.)

2.5 Minäkuva ja itsetunto

Minäkuva on pysyvä käsitys minuudesta ja itsestämme, joka muodostuu meille hyvin varhaisessa vaiheessa. Minäkuvan muodostumisessa tärkeintä on oma ydinperhe, sekä merkittävänä osana myös suhteet ikätovereihin, työtovereihin ja ystäviin. Ihmisen saadessa lapsena rakkautta ja tarvitsemaansa hoitoa, hän kokee itsensä arvostetuksi ja hänelle syntyy terveellinen ja myönteinen minäkuva. (Niemi, 2013, 15-16.)

Itsetunto on ihmisen tärkeimpiä ominaisuuksia toimintaan ja hyvinvointiin liittyen. Itsetunto koostuu kolmesta osa-alueesta; itsensä tuntemisesta, itsensä arvostamisesta ja itseensä luottamisesta. Itsensä tuntemisella tarkoitetaan itsensä ja oman elämänsä tuntemista. Oman historian tunteminen helpottaa asioiden laittamista oikeisiin mitta-suhteisiin ja ymmärtämään kokemuksiansa merkityksiä. Itsensä arvostuksella tarkoitetaan sitä että tuntee itsensä jo ja voi arvostaa sitä mitä osaa ja todellisuudessa on. Terve itsearvostus on sitä että hyväksyy itsensä sellaisena kuin on eikä toivo olevansa jotain muuta. Itseensä luottaminen on sitä, että tuntee itsensä ja arvostaa itseään. Sen jälkeen ihminen pystyy myös luottamaan itseensä. Kun itseluottamus on kohdillaan, pystyy asettamaan itselleen sopivia tavoitteita. Itseluottamus on realistinen käsitys omasta osaamisesta ja selviytymisestä. (Niemi 2013, 23, 25-26, 28-29.)

Heikko itsetunto on yleensä seurausta siitä, että lapsena ei ole saanut tarpeeksi rakkautta ja hoivaamisen tunteita. Tämä johtaa siihen, että ihminen ei osaa arvostaa itseään ja hän pitää arvottomuuden kokemuksia piilossa itseltään ja muilta. Heikon itsetunnon omaava pitää kipua sisällään kuoren takana ja tämä johtaa roolikäyttäytymiseen. Ihmisellä on taipumusta vahvistaa identiteettiään rooleilla, joista harvat ovat sopivia. Joskus voi käydä jopa niin, että ihminen jumiutuu johonkin rooliinsa ja sen seurauksena kadottaa todellisen minänsä. Itsetuntoa pystyy kuitenkin kehittämään paremmaksi koko elämän ajan. (Niemi 2013, 67.)

2.6 Vanhemmuus

Kaikki haluaisivat olla lapsilleen se paras mahdollinen vanhempi. Hyvää vanhemmuutta on kuitenkin niin monenlaista ja useimmiten riittää, että on tarpeeksi hyvä. Vanhempana olemista pystyy aina kuitenkin kehittämään. Vanhempana toimiminen tarkoittaa sitä, että ei jätä lasta alttiiksi psyykkisille ja fyysisille vahingoille. Vanhemman tehtävä on varmistaa, että lapsen kokonaisvaltainen kehitys on mahdollista. Ihmisen syvimpiä tarpeita on tulla rakastetuksi ja hyväksytyksi omana itsenään. Vanhemmat luovat lapselle turvallisuuden tunnetta luomalla rajoja. Lapsi oppii tuntemaan oikean ja väärän, kun vanhempi toimii riittävän johdonmukaisesti ja perustelee rajoitukset. Hyvinä esimerkkeinä toimiminen on vanhempien tehtävä, sillä heidän elämäntapansa ja käyttäytymisensä tulisi luoda turvallisuuden tunnetta, lapsi ei saa jatkuvasti joutua kokemaan olemaan peloissaan tai huolissaan. Vanhemmat ovat lapsen mallina, kun opetellaan arkielämän taitoja ja tapoja, erottamaan väärä ja oikea, toimimaan keskustelijana, kuuntelijana, kannustajana, ihmissuhteiden vaalijana ja tasapuolisuuden toteuttajana. Näiden kaikkien, rakkauden antamisen, rajojen asettamisen ja rohkaisemisen, tulisi olla tasapainossa keskenään. Vastuulliseen vanhemmuuteen tarvitsee sitoutua, jotta lapsi saa kasvaa turvallisessa ja hyväksytyssä ympäristössä ja hänessä kehittyisi sisäistä vahvuutta elämässä selviytymiseen. (Päihdelinkin www-sivut 2011.)

Vanhemmuus on kasvutapahtuma, kukaan ei kykene tyydyttämään lastensa tarpeita täydellisesti. Lapsi kasvaa aikuiseksi kun turhautuu vanhemman kyvyttömyyteen vastata täysin hänen tarpeisiinsa. Turhautumalla lapsi alkaa kantaa itse vastuuta elä-

mästään. Kyetäkseen tähän lapsi tarvitsee lapsuudessaan riittävästi vanhemmuutta. Riittävällä vanhemmuudella tarkoitetaan lähinnä sitä, että kotona löytyy tarpeeksi turvallista, läsnä olevaa aikuisuutta. Aikuisuuden on kestettävä lapsen tunteet ja vastattava lapsen tarpeisiin riittävässä määrin. Vanhemmuus on aina vuorovaikutustapahtuma lapsen ja vanhemman välillä, molempien persoonallisuus vaikuttaa siihen, minkälainen tästä vuorovaikutustapahtumasta syntyy. (Kristeri 2002, 23-24.)

Yk:n lapsen oikeuksien sopimuksessa sanotaan, että lapsen tulisi kasvaa perheessä onnellisuuden, rakkauden ja ymmärtämyksen ilmapiirissä. Lapsiasianvaltuutettu Leena Valkonen (2007) määrittelee rakastamisen ja ihmisiksi elämisen vanhemmuuden peruspalikoiksi. Kumpaakaan ei voi koskaan tehdä liikaa. Tärkeää on, että vanhempi elää vastuullista elämää ja lapsi saa kokea itsensä vanhemmalle tärkeäksi. Lapsilta kysyttäessä millainen on hyvä vanhempi, viides- ja kuudesluokkalaiset ovat vastanneet, että hyvä vanhempi pitää lasta tärkeänä, pitää huolen, on kiva, rajoittaa ja kasvattaa sekä elää ihmisiksi. (Valkonen 2007; Yleissopimus lapsen oikeuksista.)

Lapset toivovat, että vanhemmilla on aikaa heille. 11-13- vuotiaat lapset pitävät vanhemman tärkeimpänä tehtävänä huolenpitoa. Lapset eivät myöskään pidä vanhempien alkoholinkäytöstä edes silloin, kun kyse ei ole alkoholiongelmasta tai ongelmakäytöstä. (Valkonen 2007.)

2.7 Parisuhde ja tulevaisuus

Lapsen syntyminen perheeseen muuttaa vanhempien elämäntilannetta hyvin suuresti. Ajankäyttö, taloudellinen tilanne, ihmissuhteet ja erityisesti parisuhde kokevat muutoksia. Osa aiheutuvista muutoksista ovat positiivisia ja osa taas vie perheen haastavaan tilanteeseen. Lapsen kannalta on hyvin tärkeää, että vanhempien parisuhde toimii hyvin ja se luo turvallisen kasvualustan lapselle kasvaa ja kehittyä. (Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus, 2004:14, 80.)

Tyytyväisimmillään ihmiset ovat parisuhteeseensa sen alkutaipaleella. Myöhemmin tyytyväisyys kääntyy laskuun noustakseen jälleen. Lapsien syntymä osuu usein aikaan jolloin tyytyväisyys parisuhteeseen on alhaisimmillaan. Erot tapahtuvat usein,

kun perheessä on 1-2 pientä lasta ja samanaikaisesti koetaan muitakin suuria tapahtumia kuten työelämään siirtyminen tai aikuistuminen. (Sosiaali- ja terveysministeriö, 2004:14,81.)

Tyytyväisyyteen parisuhteessa vaikuttavat mm. suhteen sisäiset tekijät, omat lapsuuden kokemukset, persoona, ulkoiset tekijät ja vanhemmuus. Näihin kaikkiin tekijöihin on mahdollista vaikuttaa erilaisin keinoin. Itsetuntemusta ja viestintää sekä ristiriitojen ratkaisutaitoa on mahdollista opetella. Parasta olisi työstää parisuhteeseen liittyviä kysymyksiä ennen kuin ongelmat puhkeavat, mutta valmiutta ei aina löydy ja muutos vaatii vankkaa motivaatiota parisuhteen molemmilta osapuolilta. (Sosiaali- ja terveysministeriö, 2004:14,81.)

Kaikissa perheissä on vanhempien parisuhteen aktiivinen hoitaminen tärkeää. Hyvä olisi opetella puhumaan kaikista asioista avoimesti, riitelemään ilman henkistä tai fyysistä väkivaltaa ja sopimaan arjen asioista kuten kotitöiden tekemisestä yhdessä. Tilanteen vaatiessa olisi hyvä hakea ulkopuolista apua parisuhteen ristiriitoihin. (Sosiaali- ja terveysministeriö, 2004:14,82.)

Avioero tai ero lapsen toisesta vanhemmasta sisältää aina mahdollisuuden myös uuteen alkuun. Ennen kuin uuden alun saa kunnolla käyntiin on kyettävä jättämään mennyt parisuhde kokonaan taakse. Vanhan parisuhteen varjoihin ei ole mahdollista perustaa uutta toimivaa suhdetta. Mikäli eroa ei ole käsitelty loppuun, vaan ongelmia ja pahaa oloa yritetään ratkaista uuden suhteen avulla, tulee helposti pettymystä ja surua puolin sekä toisin. (Väestöliiton www-sivut 2014.)

Toisinaan romanttisen rakkauden ja vanhemmuuden yhdistäminen voi olla hankalaa. Parisuhdetta on haastava löytää, kun aikuisen omaa aikaa on vähän tai ei ollenkaan. Mikäli uuden suhteen onnistuu muodostamaan, on parisuhde aluksi usein täyttävä kaaosta. Kaikki haluavat ja tarvitsevat osansa aikuisten rakkaudesta. Lapsille on varattava oma osansa, mutta myös parisuhde vaatii panostusta. Kuten kaikissa perheissä, myös perheissä joissa toinen aikuisista ei ole lapsen /lapsien biologinen vanhempi, aikuisten vahva parisuhde antaa pohjan lasten hyvinvoinnille. Mikäli lapset ovat vakuuttuneet siitä, että vanhemmalla on kaikki hyvin ja perheessä on turvallista aikuisten sitoutuessa toisiinsa, he voivat olla luottavaisin mielin. (Väestöliiton www-sivut 2014.)

2.8 Yhteisöllisyys

Yhteisö muodostuu asian, alueen tai paikan ympärille. Perhe, suku tai muu sosiaalinen ympäristö kuten ystäväpiiri muodostavat yhteisön. Yhteiskunnassamme suvun luoman yhteisön haasteena on sukujen pirstoutuminen, kun kyläyhteisöistä on muuttettu kaupunkeihin. Enää ei kotona tai naapurissa ole isovanhempia hoitamassa lapsenlapsiaan. Tämän seurauksena lapset saattavat jäädä vaille kokemusta isovanhemmistaan ja vanhemmat menettävät yhteisöllisen tuen kasvatustehtävässään. (Hellsten 1999; Mäkelä 2014.)

Yhteisössä voidaan miettiä päämäärät, tavoitteet, arvot ja normit. Yhteisöllisyys on näiden seikkojen tiedostamisesta ja näkyväksi tekemistä. Yhteisöllisyyttä on ihmisten yhteenkuuluvuuden tarpeen tunnustaminen ja arvostaminen sekä osallisuus. Yhteisöllisyys on ennen kaikkea kokemuksellinen asia, johon sisältyy yksilön kokemus siitä että hän on osallinen ja voi vaikuttaa. Yhteisöllisyys rakentuu jäsenten välisestä vuorovaikutuksesta ja suhteista. Yhteisöllisyys on voimavara ja mahdollisuus ihmiselle. Lapsuudessa, nuoruudessa ja myös aikuisuudessa tärkeimmät onnen kokemukset ovat niitä joita on ollut jakamassa joku ihmisellä tärkeä ihminen. Sanonta ”jaettu ilo on kaksinkertainen ilo” pitää siis paikkansa. (Mäkelä 2014.)

Toisilla lapsilla kokemukset jaetusta ilosta voivat olla vähäisiä johtuen esimerkiksi vanhemman masennuksesta. Jokaisella lapsella on tarve kokea jaettua iloa, kasvuympäristöön katsomatta. Lapsilla on tähän tarve, valmius ja oikeus. Lapsena yhdessä koettu ilo ehkäisee muun muassa mielenterveyden ongelmia elämän aikana. Aikuisen vastuulla on yhteisen ilon kokemusten tarjoaminen lapselle. Mikäli lapsi ei kykene helposti huomaamaan yhteisiä ilon hetkiä, hän hyötyy aikuisesta joka määrätietoisesti tarjoaa niitä ja on lapsen tukena. Kaikki tavalliseen arkeen liittyvä puuha yhdessä lapsen kanssa kytkevät myönteiset kokemukset ja kehittävät lapsen kykyä tuntea empatiaa ja ottaa muita huomioon. (Mäkelä 2014.)

Lapsilla on oikeus osallistua yhteisölliseen elämään. Hyvinvoinnin ja elämänhallinnan edellytyksiä ovat vuorovaikutus ihmisten välillä ja osallistumisen kokemus. Yhteisöllisyyden kautta lapselle muodostuu sosiaalista pääomaa, joka lisää hänen hy-

vinvointiaan. Parhaassa tapauksessa yhteisöllisyys ilmenee aikuisten kollektiivisena vastuuna lapsista ja heidän hyvinvoinnistaan. (Mäkelä 2014.)

3 TYÖN TARKOITUS, TAVOITE JA TEHTÄVÄT

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli kehitellä ja järjestää toiminnallisia ryhmätapaamisia, joihin Esikossa asuvat vanhemmat lapsineen voivat osallistua. Ajatuksena oli, että vanhemmat voisivat saada vertaistukea toisiltaan sekä vahvistaa suhdetta omaan lapseensa. Tarkoituksenamme oli antaa itsellemme opettavainen ja osaltaan haastavakin kokemus, jota voisimme tulevaisuudessa hyödyntää. Tavoitteena oli saada lisää kokemusta lapsiperheille suunnatusta työstä ja ryhmien ohjauksesta. Lisäksi ryhmäkerroissa vanhemmat pääsivät tutustumaan myös toisiinsa ja saivat mahdollisesti lisää sosiaalisia kontakteja, joihin tarvittaessa tukeutua.

Tehtävämme oli yhdessä pohtia ja suunnitella innostavat ryhmätapaamiset. Organisoimme tapaamiset ja niiden aikataulutuksen, tilojen varauksen, mahdollisten tarjoulujen hankkimisen ja erilaiset materiaalit. Halusimme, että kaikki sujuisi suunnitelmiamme mukaan. Tämän opinnäytetyön tekeminen auttoi meitä kasvamaan ammatillisesti tulevana sosiaalialan ammattilaisena.

4 HAVAINNOINTI

Opinnäytetyössämme emme varsinaisesti tehneet tutkimusta, vaan halusimme antaa ryhmätoiminnan avulla vanhemmille vertaistukea muilta vanhemmilta, tukea arkeen ja vanhemmuudessa jaksamiseen. Halusimme myös tukea vanhempien ja lasten välistä vuorovaikutussuhdetta.

Opinnäytetyömme on kuitenkin laadullinen eli kvalitatiivinen, sillä siinä oli lähtökohtana todellisen elämän kuvaaminen ja havainnointi. Tässä tutkimustyyliässä on tavoitteena ymmärtää tutkimuskohdetta. Tärkeintä tässä opinnäytetyössä oli laatu, eikä aineistosta tehty vain päätelmiä yleistettävyyttä ajatellen. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 156-177.)

Kvalitatiiviseen suuntaukseen kuuluu se, että aineisto kootaan luonnollisissa, todellisissa tilanteissa ja tiedon hankinta on kokonaisvaltaista. Toisena piirteenä on, että tekijä luottaa enemmän havaintoihinsa ja tutkittavien kanssa käytyihin keskusteluihin kuin mittausvälineillä tehtyihin testeihin ja tietoihin. Lähtökohtana kvalitatiivisessa suuntauksessa ei ole teoria testaaminen vaan aineistoin monitahoinen tarkastelu, sillä tutkijan tarkoituksena on paljastaa odottamattomia seikkoja. Tässä tutkimustyyppissä suositetaan menetelmiä, joissa tutkittavien ”ääni” ja näkökulmat pääsevät esille. Kohdejoukko on valittu tarkoituksenmukaisesti eikä satunnaisotoksella. Kvalitatiivisessa tutkimussuunnitelma muotoutuu tutkimuksen edetessä ja tapauksia käsitellään ainutlaatuisena ja aineistoa tulkitaan sen mukaisesti. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 160.)

Havainnointi on perusmenetelmä kun kerätään tietoa tutkimukseen. Tieteellinen havainnointi on näkemisen lisäksi tarkkailua. Sen avulla saadaan selville välitöntä, suoraa tietoa yksilöiden, ryhmien ja organisaatioiden käyttäytymisestä ja toiminnasta. Havainnoijan, eli tässä tapauksessa meidän, tulisi käyttäytyä mahdollisimman luonnollisesti ryhmätilanteissa ja pyrkiä sellaiseen työskentelytekniikkaan, että nämä niin sanotut ”tutkittavat” unohtaisivat normaaleissa toiminnoissaan meidän roolimme havainnoijina. Kaikilla ryhmässä olleilla olisi varmasti ollut todella vaivaantunut olo, jos olisimme vain istuneet kynien ja vihkojemme kanssa, tarkkaillut heitä ja kirjannut asioita ylös. Osallistuvassa havainnoinnissa tutkijat osallistuvat ryhmän toimintaan samalla tavalla kuin kohderyhmäläisetkin. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 207-208; Vilka 2008,77.)

4.1 Havainnointi osana opinnäytetyötä

Osallistuimme ohjaajina itse aktiivisesti ryhmän toimintaan ja samalla kuitenkin havainnoimme koko ryhmää ja sen vuorovaikutusta. Vanhempien ja lapsien suhde toisiinsa sai erityisen painon havainnoinnissamme. Toteutimme ryhmätapaamiset siten, että aina toinen meistä oli päävastuussa ryhmän ohjaamisesta. Toiselle jäi siten enemmän aikaa keskittyä ryhmän havainnointiin toiminnan ohella.

Havainnoinnissa kiinnitimme erityistä huomiota ryhmän keskinäiseen dynamiikkaan ja toimivuuteen. Lisäksi havainnoimme lapsen ja vanhemman välistä vuorovaikutusta ja kommunikointia. Pyrimme myös havainnoimaan toinen toistamme suhteessa ryhmän ohjaukseen ja ryhmän kanssa vuorovaikutuksessa olemiseen. Ryhmätapaamisen jälkeen keskustelimme keskenämme havainnoistamme ja kirjasimme lyhyet muistiinpanot. Annoimme toisillemme suoran palautteen ryhmän ohjauksesta havaintojemme perusteella.

Esimerkkinä tekemistämme havainnoinneista voisi sanoa, että uudet jäsenet ryhmätapaamisissa aiheuttivat muissa osallistujissa levottomuutta toiminnan aikana. Havaintojemme perusteella ryhmäläisten oli helpointa keskittyä silloin, kun kaikki vanhemmat olivat samaa sukupuolta ja toisilleen entuudestaan tuttuja. Vanhempien ja lasten välisestä vuorovaikutuksesta oli havaittavissa se, että perheet olivat tottuneet käymään ryhmätapaamisissa jo entuudestaan esimerkiksi Valma-tapaamisissa. Lapset olivat tottuneet olemaan tekemisissä vieraiden aikuisten kanssa, mikä näkyi muun muassa vierastamisen puuttumisessa ja avoimuutena meitä uusia aikuisia kohtaan. Vanhemmista näkyi myös tottumus siihen, että vieraat aikuiset hoitavat ja ovat tekemisissä heidän lapsiensa kanssa. Vanhemmat suhtautuivat meihin luottavaisesti, kun olimme lapsien kanssa tekemisissä. Esimerkiksi ensimmäisellä tapaamiskerralla vanhempi antoi lapsen toiselle meistä syliin koko tapaamisen ajaksi.

4.2 Palaute

Jokaisen ryhmäkerran jälkeen kysyimme ryhmäläisiltä palautetta, miten oli tapaamiskerta mennyt ja jäikö heidän mielestään kerrasta jotain puuttumaan. Viimeisellä

kerralla annoimme heille kirjallisen palautelomakkeen. Palautelomakkeiden avulla saimme kerättyä todennäköisesti todellisempaa tietoa siitä, kuinka ryhmäläiset olivat kerrat kokeneet. Palautelomakkeet täyttivät kaikki, jotka olivat edes kerran osallistuneet ryhmäkertoihin.

5 RYHMÄTAPAAMISTEN SUUNNITTELU JA TOIMINNALLISET MENETELMÄT

Suunnittelimme ja toteutimme viisi toimintakertaa, joihin vanhemmat lapsineen osallistuvat. Tapaamiskerrat järjestettiin viikon välein, aina samana viikonpäivänä ja samaan kellon aikaan. Lyhyt tapaamisväli oli hyvä, sillä ryhmäläisten prosentuaalinen osuus osallistua ryhmätapaamisille oli mahdollisesti parempi ja jännite pienempi. Kaikki ryhmään osallistuvat asuivat Esikossa, joten tuntui hyvin luonnolliselta järjestää ryhmätapaamiset siellä, tällä tavalla myös saavutettiin matala kynnys osallistua ryhmään.

Suunnitelmiimme kuului ensimmäisellä kerralla tutustua toisiimme erilaisten korttien avulla, toisella kerralla ohjelmassa oli leipominen ja kolmannella kerralla tulevaisuuskartan teko. Neljännellä yhteiskerralla suunnitelmissa oli järjestää grillaushetki ja viimeinen kerta oli tarkoitus toteuttaa ryhmäläisten toiveiden mukaan. Suunnittelimme tapaamiskerrat tämän kaltaiseen järjestykseen, jotta ryhmäläisillä olisi aikaa tutustua sekä meihin että muihin ryhmäläisiin rauhassa. Ensimmäinen tapaamiskerta järjestettiin Esikon tiloissa. Yritimme tavoitella rentoa tunnelmaa muun muassa pannonstamalla kahvitarjoiluun sekä rentoon ja tuttuun ympäristöön. Toisella kerralla yritimme purkaa jännitystä leipomalla pullia. Kahvipöydässä yleensä keskustellaan luontevasti. Kolmannella kerralla halusimme antaa ryhmäläisten toteuttaa itseään ja ajatuksiaan eri tavoin kuin vain sanoilla. Neljännellä kerralla halusimme luoda erilaisen ilmapiirin, sillä uskoimme siihen, että ulkona olisi mutkattomampaa, rennompaa ja enemmän tilaa liikkua ja hengittää. Viidennen ja viimeisen kerran tarkoitukse-

na oli tarjota ryhmäläisille rentoa yhdessä oloa, antaa ryhmälle päätös ja jättää ryhmäläisiin hyvä tunne.

5.1 Suunnitelma

Hyvin suunniteltu on puoliksi tehty, niin myös tässä tapauksessa. Meitä tuntui kovin jännittävän ryhmien vetäminen, mutta jännittämistä vähensi hieman se, että meillä oli hyvät suunnitelmat pohjalla. Käytimme ryhmätapaamisen jäsentelyyn kirjallista suunnitelmaa, johon olimme kirjanneet muun muassa toiminnan kulun ja ohjaajan tehtävät. Teemat ryhmätapaamisille olimme valinneet sen mukaan millaista teorialietoa vanhemmuuden tukemisesta ja ryhmän ohjauksesta meillä oli opinnoistamme. Etukäteen suunnitellun lisäksi jätimme tilaa myös avoimelle keskustelulle, sillä halusimme antaa tilaa ryhmäläisten tarpeille ja kiinnostuksen kohteille.

Ennen tapaamisten alkua meidän ohjaajien tehtäviin kuului järjestää tapaamispaikka kuntoon, sekä huolehtia tarvittavista työkaluista ja -välineistä sekä muistuttaa vielä ryhmäläisiä pian alkavasta ryhmätapaamisesta. Tärkeää oli myös tehdä kaikki muut etukäteistyöt, jotta tapaamiset sujuisivat sujuvasti. Näihin etukäteistehtäviin kuului askareita, kuten esimerkiksi pullataikinan valmistus, hankkia tulevaisuuskarttaa varten materiaalit ja makkaranpaistoa varten tarkistimme grillauspisteen ja hankimme makkarat ja makkarakepit. Suunnitellessamme ryhmätapaamisia, meidän piti ottaa huomioon, että ryhmäläisillä on myös pieniä lapsia ja tilojen tulisi olla heidän kansaltaan turvallisia.

5.2 Toiminnalliset menetelmät

Halusimme toteuttaa ryhmätapaamisilla erilaisia toiminnallisia harjoituksia ja harjoitusten jälkeen keskustella päivän teemasta. Eri ihmisille erilaiset toiminnot vaikuttavat eri tavalla ja grillaaminen voisi esimerkiksi avata jonkun niin sanottua sanaista arkkua. Halusimme, että tapaamiskerroilla ryhmäläisillä olisi mukavaa puuhastelua liittyen teemoihin, jotta keskustelut eivät olisi väkinäisiä ja tunnelma säilyisi rentona.

Suunnittelimme tapaamiskerrat helposti toteutettaviksi, jotta tarpeen tullen niitä olisi helppo muokata muun muassa osallistujamäärän mukaan.

Harjoitusten valintaan vaikutti se, miten ne sopivat yhteen teemojen kanssa. Esimerkiksi tutustumiseen oli ensimmäisellä kertaa luontevaa käyttää korttityöskentelyä. Tämän lisäksi valintoihin vaikutti omat mieltymyksemme ja taitomme. Molemmista meistä tuntui luontevalta valita ryhmätapaamisten toiminnaksi käsillä tehtävät toiminnot, kuten leipominen ja askartelu.

6 RYHMÄTAPAAMISTEN KÄYTÄNNÖNTOTEUTUS

Tässä luvussa kuvaamme ryhmätapaamisten sisältöä ja niiden toteutumista käytännössä. Kaikki ryhmätapaamiset sujuivat ilman ongelmia. Olimme päättäneet ennen toteutuksen alkua, että työskentelemme ryhmän kanssa tehdyn suunnitelman mukaan, mutta kuitenkin tilanteen muutokset huomioiden. Halusimme työssämme tuoda esille vanhemmuuteen liittyviä tärkeitä asioita ja teemoja. Jotta tämä onnistuisi, pyrimme pysymään teemassa ohjailemalla keskustelua.

6.1 Tutustuminen

Ensimmäisellä kerralla teemana oli minuus, kahvittelu ja tutustuminen toisiimme erilaisten korttien avulla, kuten voimavarakorttien avulla. Voimavarakorteissa on 40 erilaista ominaisuutta kuten 'olen rohkea' ja 'olen rauhallinen'. Korttien avulla tutustuimme toisiimme, ne toimivat keskustelun tukena ja tukivat myös vanhempien itsetuntoa. Koimme, että tämän menetelmän avulla pystyimme voimavaraistamaan heitä.

Tavoitteena oli, että kaikki ryhmässä tutustuvat toisiinsa sekä saada pientä keskustelua aikaiseksi päivän teemasta ja yleensä mielipiteitä, ajatuksia ja odotuksia ryhmän toiminnasta. Tavoitteena oli myös saada ryhmäläiset huomaamaan omia vahvuuksiinsa korttien avulla. Niiden tunnistaminen liittyi itsetuntemukseen sekä siihen minkä-

laisia havaintoja ihminen voi itsestään tehdä. Miten he osaavat tunnistaa ja nimetä omia kehittämistarpeitaan ja vahvuuksiaan. Tunnistaminen on yksilöllistä ja sitä voi helpottaa esimerkiksi voimavarakorttien avulla. On oleellista myös miten niihin suhtaudutaan. Kannustava ilmapiiri on tärkeä ja voimaannuttava, se lisää luottamusta itseensä ja muihin ihmisiin. Kehittämistarpeisiin voidaan vaikuttaa myönteisellä tavalla vahvistamalla vahvuuksia. (Sosiaaliportin www-sivut 2014.)

Ensimmäinen ryhmätapaamisen teema oli tutustumisen lisäksi keskustella minuudesta ja itsetunnosta. Meillä oli mukana voimavarakortit ja kortit, joissa oli erilaisia kuvia. Aluksi tarjosimme kahvia ja kääretorttua sekä esittäydyimme, sen jälkeen kerroimme opinnäytetyöstämme sekä ryhmästä ja sen sisällöstä; milloin se kokoontuu ja mitä eri kerrat pitävät sisällään. Alun perin oli tarkoitus, että ryhmään osallistuu neljä perhettä, mutta vain kaksi vanhempaa lastensa kanssa saapui paikalle. Olimme tyytyväisiä siihen, että osallistujia oli edes nämä kaksi perhekuntaa. Kahvitelun jälkeen tutustuimme toisiimme hieman lisää. Olimme levittäneet kuvakortit lattialle, joista jokaisen piti valita vähintään yksi kortti, joka kuvastaisi itseään. Voimavarakorteista valitsimme jokainen vähintään yhden oman vahvuuden ja vähintään yhden vahvuuden, jota haluaisi itsessään kehittää. Saimme tällä tavalla hyvää keskustelua aikaiseksi ja pääsimme tutustumaan toisiimme puolin ja toisin. Lapset viihtyivät tapaamisessa hyvin, kun saivat olla mukana aikuisten toiminnassa ja myös he olivat kiinnostuneita lattialle levitetyistä korteista.

6.2 Leipuri Hiiva

*”Työnnän pullat uuniin
vedän valmiit takaisin
näen piipusta, kun savu kohoaa
Leipuri Hiiva,
hän asuu Kumputiellä
ja pullat kakut leipoo siellä
Näen piipusta, kun savu kohoaa.”*

(Loivamaa, Koivu 2014, 12).

Toisella kerralla teemanamme oli vanhemmuus. Halusimme ryhmäläisten tekävän jotain sellaista, joka tukisi vanhemman ja lapsen välistä sidettä. Pohdimme mikä olisi sellaista tekemistä, jossa pääsisi käyttämään mahdollisimman monia aisteja. Päätimme leipoa siis pullia. Pullaa saa vaivata, se tuoksuu ihanasti kanelille ja maistuu maukkaalta. Pullan leipominen oli myös siinä mielessä sopivaa, koska sillä välin, kun pullat olivat uunissa, me pystyimme hyvin käymään läpi päivän teemaa. Halusimme lopuksi keskittyä vain pullan syömiseen ja nauttimaan hetkestä.

Leipomisen tavoitteena oli positiivisen tunnekokemuksen syntyminen, ryhmäläiset saivat kokea osaamisen ja onnistumisen iloa. Ryhmäläiset saivat käyttää erilaisia aistejaan ja mahdollisesti harjoitella pullan leipomista. Annoimme ryhmäläisille mukaan pullataikina-ohjeen. Toivoimme, että pullan leipominen ryhmässä olisi aiheuttanut perheissä kipinän ja he leipoisivat pullaa myös kotonaan.



Leivoimme taikinan Esikon keittiössä valmiiksi. Ryhmäläiset saapuivat sopivasti, kun taikina oli kohonnut. Tällä kertaa vanhempia lapsineen oli kolme kappaletta. Kahden vanhemman lapset olivat liian pieniä leipomaan. Yksi vanhempi leipoi yhdessä lapsensa kanssa pullia ja lapsi oli hyvin innostunut leipomisesta. Esikon työntekijä piti seuraa pienemmille lapsille sillä välin, kun vanhemmat leipoivat. Jokaisella vanhemmalla oli niin sanotusti vapaat kädet leipoa pullista minkälaisia halusivat. Pullat onnistuivat erittäin hyvin ja maistuivat sekä äideille että heidän lapsilleen. Perheet saivat tapaamisen loputtua viedä leipomansa pullat mukanaan kotiinsa.

6.3 Tulevaisuuskartta

Kolmannen kerran teema oli parisuhde ja perhe. Tarkoitus oli, että jokainen askartele itselleen ”aarrekartan”. Mieltä voi valmistaa muutokseen toiminnallisella menetelmällä, joka on aarrekarttatyöskentely. Aarrekarttatyöskentelyssä oli mahdollista pohtia esimerkiksi omia tulevaisuuden suunnitelmia, haaveita ja unelmia.

Aarrekartta tehtiin siten, että jokainen leikkasi kuvia ja/tai sanoja lehdistä ja liimasi niitä kartonkiin. Tarkoitus oli kartan avulla suunnitella tulevaa ja pohtia perheen ja parisuhteen merkitystä omassa elämässään. Jokainen hahmotteli karttaansa sellaisen tulevaisuuden, jossa haluaisi tulevaisuudessa elää. Kartassa pystyi myös tuomaan esille omia aiheeseen liittyviä pelkoja tai mieltä askarruttavia asioita. Mikäli ryhmäläinen koki, ettei voi ajatellakaan parisuhdetta tulevaisuudessa hän olisi voinut esittää aarrekartassa asioita, joita hän toivoi hänellä ja hänen lapsellaan olevan tulevaisuudessa perheenä.

Tavoitteena oli opetella oman (ja oman perheen) tulevaisuuden suunnittelua, vahvistaa luottamusta tulevaisuuteen ja pohtia mitä jokainen voisi itse tehdä, jotta toivotut asiat toteutuisivat.

Aluksi järjestettiin kahvitus ja ohjaaja alusti päivän aihetta. Toinen meistä ohjaajista puuhasteli lasten kanssa sillä aikaa, kun toinen ohjasi aarrekarttojen askartelua. Lasten kanssa painettiin sormiväreillä lapsen jalan taikka käden kuva aikuisten aarrekarttojen pohjana käyttämään kartonkiin. Vanhemmat leikkasivat sillä aikaa kuvia aarrekarttoja varten. Vanhempia ohjaava ohjaaja valmisti myös itse aarrekartan. Ohjaaja kertoi omasta aarrekartastaan muille ryhmäläisille. Jokainen sai kertoa muille ryhmäläisille omasta kartastaan, mikäli halusivat, mutta se ei ollut pakollista.

Toiminta sujui pääpiirteittäin suunnitellusti, mutta häiriötä aiheutti heti alkuun osallistujien myöhästyminen. Ryhmän jäsenet saapuivat eri aikaan ja ryhmään osallistujia jouduttiin hakemaan asunnoilta ryhmän toimintaan. Ryhmässä oli yksi vanhempi, joka ei ollut aiemmin osallistunut ryhmän toimintaan. Hänelle piti esitellä ryhmän vetäjät ja ryhmän toimintaperiaatteet pääpiirteittäin. Kahvin juonnin ja esittelyn jälkeen aloitettiin aarrekartan askartelu. Ryhmän ohjaaja alusti alkuun päivän aihetta,

joka liittyi parisuhteeseen ja perheeseen. Tarkoitus oli askarrellavan kartan avulla hahmottaa tulevaisuutta.

6.4 Grillaaminen



Neljännän kerran aiheena oli yhteisöllisyys. Tarkoitus oli ulkoilla yhdessä lasten ja vanhempien kanssa ryhmänä.

Ryhmäläiset saivat kokemuksen ryhmässä toimimisesta. Tämän tapaamiskerran aikana pohdimme yhdessä ryhmän kanssa yhteisöllisyyden merkitystä ja sosiaalisten kontaktien tärkeyttä lapsen kehityksessä. Lähdimme Esikosta ryhmänä kävelemään Isomäkeen grillipaikalle. Perillä oli yhteisöllisyyttä tukevia leikkejä, joihin myös lapset pystyivät osallistumaan. Paistoimme makkaraa ja joimme mehua yhdessä. Kävelimme yhdessä takaisin.

6.5 Yhteenveto

Viimeisellä kerralla oli tavoitteena koota ryhmätapaamisten anti yhteen; mitä tehtiin ja minkälaisia ajatuksia tapaamiskertojen teemat ovat herättäneet. Kysyimme jo toisella ryhmän kokoontumiskerralla osallistujien ideoita ja toiveita siitä, mitä he halusivat tehdä viimeisellä tapaamisella. Hyviä ehdotuksia tuli, mutta pohdimme niiden toteuttamista muun muassa taloudellisesta näkökulmasta. Päädyimme lopulta suunnit-

telmaan, että menemme perheiden kanssa leikkipuistoon ja tarjoamme heille ohjelman ohessa jäätelöt. Varasimme sateen varalta viimeiseen tapaamiseen mukaamme myös lasten DVD-levyjä ja pelejä, jos ulkoilu ei toteutuisi.

Viimeisen ryhmätapaamisen tavoitteena oli kerätä myös palautetta ryhmän toteutuksesta ja ohjauksesta sekä ryhmätapaamisien teemoista. Olimme tehneet palautelomakkeen, jonka ryhmäläiset saivat täyttää nimettömästi. Halusimme ryhmäläisiltä myös suoran palautteen, sekä järjestää heille mieluisan ryhmän lopetuksen; rentoa yhdessä oloa ja jäätelöä. Tavoitteenamme oli tehdä ryhmälle selkeä päätös.

Viimeisellä ryhmätapaamiskerralla kukaan ryhmäläisistä ei ilmaantunut paikalle sovittuna aikana. Ajattelimme, että meillä oli aikaa odottaa, jos he vaikka hieman myöhästyisivät. Jossain vaiheessa paikalle saapui yksi äiti lapsensa kanssa. Kerroimme hänelle suunnitelmamme ja tiedustelimme hänen ajatuksiaan liittyen ryhmätapaamiseen. Päädyimme yhdessä siihen lopputulokseen, että emme ala pelaamaan tai katsomaan elokuvia tai mene leikkikentälle. Tarjosimme hänelle kahvia ja jäätelöä sekä keskustelimme ryhmätapaamisista. Hän täytti palautelomakkeen ja antoi sen meille. Viimeinen ryhmätapaaminen oli hyvin erilainen kuin olimme etukäteen ajatelleet. Loput palautelomakkeet jätimme Esikkoon, jotta muut ryhmäläiset täyttäisivät ne myöhemmin.

7 ARVIOINTI

Tässä luvussa arvioimme opinnäytetyömme onnistumista sekä ryhmäkertojen toteutumista. Omat havaintomme ja ryhmäläisiltä kerätty palaute oli apuna arvioinnissa. Kysyimme myös aina ryhmätapaamisien jälkeen suullisen palautteen tapaamisesta.

Työllemme asettamat tavoitteet täyttyivät mielestämme hienosti, vaikka tapaamiset eivät aivan suunnitellusti aina menneetkään. Saimme toivomaamme kokemusta ryhmän ohjauksesta ja työskentelystä lapsiperheiden parissa. Kokemuksen kautta syntyi myös varmuutta omasta ammatillisesta osaamisesta ja kyvystä suunnitella ja toteuttaa

toimintaa. Itsellemme jäi hyvä mieli, vaikka ryhmä tuntui loppuvan ”kuin seinään”. Tapaamisissa vaikutti kuitenkin olevan rento ilmapiiri ja kaikki osallistuivat omalla tavallaan keskusteluihin Ryhmäläisiltä saatu positiivinen suullinen palaute ryhmätapaamisien teemoista ja harjoituksista antoi lisämotivaatiota opinnäytetyön tekemiseen.

7.1 Omat havainnot

Ensimmäinen kerta tuntui olevan kaikin puolin jännittävä. Vanhemmat vaikuttivat olevan kovin hämillään tästä ryhmästä ja kertoivat, että heille ei ole kerrottu ryhmästä etukäteen mitään, ei edes päivämääriä jolloin ryhmän olisi määrä kokoontua. Alkusähellysten jälkeen, pääsimme hyvään vauhtiin keskustellessamme korttien avulla. Vanhemmat tuntuivat kertovan rehellisesti itsestään, osaltaan varmasti myös johtuen siitä, että olimme aloittaneet kertomalla itsestämme. Vanhemmilta tuli erittäin hyviä huomioita, koskien itseään. He tuntuivat tiedostavan hyvin omat vahvat ja heikot puolensa. Meille jäi ryhmänohjaajina erittäin hyvä tunne ensimmäisestä kerrasta. Meille ei ennen ryhmän alkamista ollut osallistujista muuta tietoa kuin, että he asuvat Esikossa ja ovat Valma-perhetyön asiakkaita. Huomasimme ensimmäisen kokoon-tumisen jälkeen, että meidän on muokattava seuraavien kokoontumiskertojen teemat ja toiminta osallistujille sopivammaksi.

Toisen kerran tapaamisella vanhemmat tuntuivat olevan silmin nähden todella tyytyväisiä luomuksiinsa ja saivat kokea onnistumisen tunteita. Pullat maistuivat hyvin ja perheet ottivat niitä mielellään kotiinsa mukaan. Pullien leipominen onnistui meidänkin mielestämme hyvin. Päivän teemasta tuntui olevan vaikea keskustella, sillä tilaan tuli ryhmän ulkopuolisia Esikon asukkaita. Otimme nämä henkilöt kuitenkin mukaan ryhmäämme keskustelemaan siitä, minkälainen on riittävä vanhemmuus. Teema tuntui olevan ryhmäläisille vaikea hahmottaa, mutta ryhmän keskuudessa syntyi hetken aikaan hienoa keskustelua ja hyviä oivalluksia. Jossain vaiheessa keskustelu kävi kuitenkin levottomaksi eikä se pysynyt enää aiheessa. Päätimme lopettaa tämän ryhmätapaamisen hieman etuajassa, koska ryhmää oli hankala hallita. Aluksi meille jäi hieman epäonnistunut tunne ryhmätapaamisesta. Nukuttuamme yön

yli, ajatuksemme olivat muuttuneet; ryhmätilanteet eivät aina mene niin kuin olimme suunnitelleet, tämä oli meille uusi kokemus ja opimme tästä paljon.

Kolmannen kerran päivän teeman käsittely jäi alustuksen ja kartan varaan. Keskustelua ei juuri syntynyt ryhmän yleisen levottomuuden vuoksi. Jokainen kuitenkin teki aarrekartan ja niihin painettiin lapsen jalan tai käden kuva. Leikki-ikäinen lapsi sai maalata sormiväreillä ja osallistua toimintaan sitä kautta. Pienemmät lapset olivat samassa tilassa ja läsnä vanhempien askartelun aikana. Lopuksi ryhmäläisiltä kysyttiin palautetta aarrekartan askartelusta sekä mielipidettä viimeisen ohjauskerran toiminnasta. Ryhmän toiminnassa tällä kerralla oli positiivista se, että jokainen askarteli aarrekartan ja toiminta oli osallistujien palautteen mukaan melko mieluista. Ryhmän toiminnan kannalta haasteita toi uusi jäsen ryhmässä. Uusi osallistuja oli myös eri sukupuolta ja eri -ikäinen, kuin kaksi muuta ryhmään osallistuvaa vanhempaa. Askartelun aikana vanhat ryhmäläiset eivät osallistuneet yhteiseen keskusteluun vaan juttelivat keskenään ryhmän ulkopuolisista asioista. Uusi jäsen kertoi ohjaajille hieman sen hetkisestä elämän tilanteestaan ja tulevaisuuden suunnitelmistaan, mikä oli hyvin positiivista ja osoitus luottamuksesta. Lasten mukana olo toi hieman ohjaukseen haasteita, sillä vauva-ikäiset kaipasivat valvontaa ja leikki-ikäinen lapsi oli hyvin innokas osallistumaan, mutta tarvitsi tiivistä ohjausta sormivärien kanssa toimimisessa. Sormiväreillä värjääminen oli lapselle mieluista ja hän oli hyvin innostunut.

Neljännän kerran aloittaminen tuotti alkuun hieman hankaluuksia. Ryhmään liittyi uusi vanhempi kahden lapsen kanssa. Vanhempi osoittautui heti alkuun hyvin motivoituneeksi osallistumaan toimintaan. Kaksi muuta vanhempaa lasten kanssa myöhästivät sen verran, että ryhmä oli jaettava kahteen osaan. Toinen meistä ohjaajista lähti edeltä uuden osallistujan kanssa Isomäen grillaus-paikkaa kohden ja toinen jäi odottamaan muita osallistujia Esikkoon. Tämä antoi kokemusta yksin ohjaamisesta, koska toinen ei ollut vieressä tukemassa. Kävelymatka grillauspaikalle vei melko kauan. Vuorovaikutus uuden vanhemman kanssa sujui hyvin ja keskusteltavaa riitti koko matkaksi. Perillä sytytettiin heti nuotio ja lopulta myös muut ryhmäläiset ja toinen meistä ohjaajista saapui perille. Sen jälkeen grillasimme yhdessä makkaraa ja joimme mehua. Yhteinen grillaustuokio vaikutti olevan hieno kokemus erityisesti lapsille. Suunniteltu päivän teema tuli esiin toiminnan tasolla, eikä luontevaa keskustelua aiheesta syntynyt. Toiminta oli kuitenkin keskiössä ja se sujui hyvin. Ryh-

män toimintaan osallistui myös ryhmän jäsenen kouluikäinen sisarus, joka vaikutti nauttivan toiminnasta. Tämä toimintakerta oli kaikkein pisin ja myös luontevin yhdessäolon puolesta. Toiminnan teki helpoksi ulkoilu ja aito yhdessä tekeminen, sekä lasten kokema ilo.

Viimeisellä ryhmäkerralla olimme hämillämme, koska paikalle ei saapunut kuin yksi ryhmäläisistä ja hänkin myöhässä. Pohdimme keskenämme, että heidän oli todennäköisesti vaikeaa sitoutua tämän kaltaiseen ryhmään, varsinkin jos eivät kokeneet ryhmää omakseen. Myös ryhmäläisten omassa elämässä tapahtuu muutoksia, jotka voivat heikentää motivaatiota osallistua vapaaehtoiseen ryhmätoimintaan. Olisimme olleet halukkaita kuulemaan suoran palautteen ryhmäläisiltämme, ja saattaa ryhmä hyvillä mielin päätökseen.

7.2 Ryhmäläisiltä saatu palaute

Jokaisen tapaamiskerran lopuksi pyydettiin suullista palautetta siitä, miten ryhmäläiset kokivat toiminnan ja sen ohella käsitellyt aiheet. Palaute oli pääsääntöisesti joko positiivista tai sitten neutraalia. Tiedusteltaessa ryhmäläisiltä palautetta usein tuli vastaukseksi ”ihan ok”. Suullisen palautteen antaminen oli hyvää harjoitusta ryhmäläisille ja toisaalta palautteen vastaanottaminen hyvää harjoitusta meille. Lisäksi heti toiminnan jälkeen saatu palaute auttoi tulevien kertojen suunnittelussa ja antoi mahdollisuuden muuttaa toimintaa ja ohjausta oikean suuntaiseksi ja ryhmäläisille sopivaksi.

Ensimmäisellä tapaamiskerralla korttityöskentelyyn osallistui myös Esikon työntekijä. Häneltä saimme suullista palautetta ensimmäisen ryhmäkerran vetämisestä. Palaute oli, että korttityöskentely sujui hyvin ja ilmapiiri oli luottamuksellinen, koska ryhmäläiset osallistuivat hyvin työskentelyyn ja kertoivat omista kokemuksistaan ja tuntemuksistaan hyvinkin avoimesti.

Ryhmäläisiltä pyydettiin useammalla kerralla ideoita tai toivomuksia viimeistä kertaa varten. Muutamia ehdotuksia tuli ja ne olivat sinällään aivan varteenotettavia, mutta kompastuskivenä toimi se, että resurssimme eivät riittäneet niiden toteuttamiseen.

Ehdotuksien toteutus olisi vaatinut tietynlaisia materiaaleja ja taloudellisia resursseja. Ryhmäläisille selitettiin minkä tyyppistä toimintaa on mahdollista toteuttaa ja esimerkiksi retket joihin vaaditaan kuljetus tai pääsylippurahaa eivät ole mahdollisia toteuttaa ryhmätoiminnan puitteissa.

Viimeisellä ryhmätapaamiskerralla oli tarkoitus kerätä kyselylomakkeen avulla palautteet ryhmätoiminnasta. Lomake laadittiin siten, että se olisi mahdollisimman selkeä ja vaivaton täyttää. Tilaa jätettiin myös vapaille kommenteille. Palautteen kerääminen tapahtui lopulta siten, että lomakkeet jätettiin Esikkoon yhteisökuntoutusohjaajalle ja hän jakoi ne ryhmäläisten täytettäväksi. Haimme täytetyt palautelomakkeet Esikosta myöhemmin. Yksi ryhmäläinen täytti palautelomakkeen viimeisellä kerralla meidän läsnä ollessa. Hänelle korostettiin, että vastaaminen tapahtuu nimettömänä, mikäli hän niin haluaa. Eikä meillä ole tarvetta katsoa lomaketta ennen kuin kaikki palautelomakkeet ovat kerätty. Ryhmäläiselle annettiin myös mahdollisuus suulliseen palautteeseen tai keskusteluun. Hän ei kuitenkaan kokenut sille tarvetta.

Kyselylomakkeeseen vastattiin ympyröimällä niiden kertojen teemat, kun ryhmäläinen on itse osallistunut ryhmätoimintaan. Lisäksi ympyröitiin omaa mielipidettä kuvaava numero kolmeen kysymykseen (5 =erittäin hyvin, 4 =hyvin, 3 =ei hyvin eikä huonosti, 2 =huonosti, 1 =erittäin huonosti, 0 =en osaa sanoa).

Kysymykset ja vastaukset olivat: Koitteko tämän ryhmän teille tarpeelliseksi? Kaksi ryhmäläistä vastasi ”hyvin” (4), kaksi vastasi ”ei hyvin eikä huonosti” (3) ja yksi vastasi ”erittäin huonosti” (1). Oliko aiheet teitä koskettavia? Yksi vastasi ”erittäin hyvin” (5), kolme vastasi ”ei hyvin eikä huonosti” (3) ja yksi vastasi ”erittäin huonosti” (1). Osallistuitteko mielellänne ryhmiin mukaan? Yksi ryhmäläinen vastasi ”erittäin hyvin” (5), yksi vastasi ”hyvin” (4), yksi vastasi ”ei hyvin eikä huonosti” (3) ja yksi vastasi ”erittäin huonosti” (1). Lomakkeen lopussa pyydettiin myös vapaata palautetta ja kommentteja. Ryhmäläiset olivat kirjoittaneet näin: ”Vähiin jäi käynnit, mutta kivaa oli” ja ”Oli tylsiä!”

Positiivista oli se, että jokainen ryhmään osallistunut oli täyttänyt lomakkeen. Etukäteen meitä hieman epäilytti mahtaako palautelomakkeita palautua jaettu määrä. Tämä

huoli kuitenkin osoittautui turhaksi. Avoimiin kysymyksiin ei monessa lomakkeessa vastattu eikä kommentoitu, mutta jokainen lomake oli asiallisesti täytetty. Palaute oli laidasta laitaan sekä positiivista, että ryhmätoiminnot ”tylsäksi” koettua. Palaute oli sen suuntaista, jota osasimme odottaa ryhmän toimivuuden ja suullisen palautteen perusteella eli yllätyksiä ei kirjallisesta palautteesta tullut.

8 POHDINTA

Opinnäytetyön suunnittelu ja toteutus on ollut hyvin opettavaista. Parasta harjoitusta on ollut työskentely yhdessä. Parityöskentely on mahdollistanut jatkuvan keskustelun käymisen toisen ihmisen ja ”vertaishenkilön” kanssa läpi koko prosessin. Vuorovaikutustaidot ja kyky ammatilliseen keskusteluun ovat taatusti kehittyneet meillä runsaasti työn aikana. Työtehtävät ovat täytyneet jakaa ja aikatauluista sopia, kumpikin on tuonut työhön omat ideansa ja niitä on hiottu yhdessä. Vastaavanlaista työskentelyä tulee taatusti vastaan tulevaisuudessa työelämässä. Uskomme, että parityöskentelynä tehty opinnäytetyö antaa hyviä valmiuksia tulevassa työssä sosiaalialalla. Yhdessä työskentely opinnäytetyön puitteissa on sujunut ongelmitta, eikä ristiriitoja ole tullut. Kaikista asioista ja eriävistä mielipiteistä ollaan selvitty yhdessä keskustelemalla, eikä kumpikaan ole kokenut työskentelyn olevan ongelmallista.

Eniten aikaa ja työtä opinnäytetyössä vaati suunnittelu. Ensin suunniteltiin millaista opinnäytetyötä haluamme lähteä tekemään ja millaisen kohderyhmän kanssa. Sitten oli tarkkaan suunniteltava toiminnan toteutus ja otettava huomioon suunnittelussa myös tuleva raportin kirjoitus. Erityisesti parityöskentelystä johtuen myös raportti oli suunniteltava tarkasti etukäteen, jotta oli mahdollista jakaa työtehtävät. Antoisinta opinnäytetyön tekemisessä oli ehdottomasti ryhmätapaamisien ohjaaminen ja työskentely perheiden kanssa. Opinnäytetyö prosessina oli loppujen lopuksi melko sujuva, vaikka välillä tulikin vaiheita, jolloin asiat eivät edenneet ja työskentely tuntui vaikealta. Vauhtiin päästyämme edes raportin kirjoittaminen ei tuntunut ylivoimaisen

vaikkealta, vaikka alkuvaiheessa ajattelimmekin sen olevan ehdottomasti haastavinta koko opinnäytetyön tekemisessä.

Toiminnan toteutuksessa saimme hyvin realistisen kuvan tulevan työelämän haasteista sosiaalialalla. Meillä oli tarkat ja perusteelliset suunnitelmat, kuinka ryhmätapaamiset toteutetaan ja kuinka toiminta etenee. Kaikki ei kuitenkaan aina mennyt suunnitellusti vaan toisinaan ryhmäläiset olivat myöhässä tai eivät saapuneet paikalle ollenkaan. Lisäksi ryhmäläisten vireystaso ja kyky keskittyä toimintaan ja ohjaukseen vaihteli. Aina ei ollut mahdollista toteuttaa kaikkea mitä oli ennalta suunniteltu, myös nopeita ratkaisuja suunnitelman muuttamiseksi tarvittiin. Osa omaa ammatillisuutta onkin se, että sietää muuttuvia suunnitelmia ja jopa pettymyksiä joita tulee vastaan asiakastyössä. Koimme ryhmää ohjatessamme myös aitoja yhdessä olemisen iloja, onnistumisia ja hyvin positiivisia hetkiä.

Ryhmätapaamiset antoivat meille vahvistusta oletukseemme, että toiminnallisella työskentelyllä perheiden kanssa on mahdollista vahvistaa vanhemmuutta ja tukea vanhemman ja lapsen keskinäistä vuorovaikutusta. Ryhmässä työskentely myös vahvisti käsitystämme sosiaalisten kontaktien tärkeydestä ja yhteydestä ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Tulevina sosiaalialan ammattilaisina aiomme muistaa tulevissa työtehtävissämme minkälaisia mahdollisuuksia ja voimavaroja sosiaalinen kanssakäyminen antaa ihmiselle. Lupaammekin pyrkiä tulevina sosionomeina mahdollistamaan ja tarjoamaan ihmisille voimaannuttavia kokemuksia sosiaalisen vuorovaikutuksen keinoin.

Olemme tyytyväisiä, että valitsimme toiminnallisen opinnäytetyön ja yhteistyökumppaniksemme Porin asuin- ja palvelutalo Esikon. Valintaan vaikutti se, että toinen meistä on ollut opintojemme aikana työharjoittelussa kyseisessä paikassa ja saanut sen toiminnasta ja työskentelystä perheiden parissa hyvin positiivisen kuvan. Saimme ryhmätoiminnan onnistuneeseen toteutukseen apua, neuvoja ja tukea Esikon henkilökunnalta, josta olemme hyvin kiitollisia. Lisäksi Porin ensi- ja turvakotiyhdistys tuki opinnäytetyömme toteutusta tarjoamalla käyttöömmme asianmukaiset tilat ja tarvikkeet.

LÄHTEET

Helssten, T. 1999. Vanhemmuus – vastuullista vallankäyttöä. Helsinki. Kirjapaja Oy.

Hirsjärvi, S. Remes, P. & Sajavaara P. 2007. Tutki ja kirjoita. Keuruu. Otavan kirjapaino Oy.

Loivamaa, I. & Koivu, R. 2014. Jos sul lysti on : Suomen lasten leikkirunot. Helsinki. Minerva.

Kristeri, I. 2002. Vahvaan vanhemmuuteen. Helsinki. Kirjapaja Oy.

Mäkelä, M. 2014. Kasvukumppanit. Viitattu 28.9.2014. www.thl.fi

Niemi, P. 2013. Resuinen ja rikas. Latvia. Jelgava Printing House.

Porin ensi- ja turvakotiyhdistys ry: Valma-projekti 2008-2012: MUN KOTI ON TÄÄLLÄ. 2012.

Porin ensi- ja turvakotiyhdistyksen www-sivut. Viitattu 23.9.2014.
www.ensijaturvakotienliitto.fi

Päihdelinkin www-sivut. 2010. Hyvä vanhemmuus. Viitattu 5.10.2014.
www.paihdelinkki.fi.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2004: 14. 2014. Lastenneuvola lapsiperheen tukena-
Opas työntekijöille. Helsinki.

Sosiaaliportin www-sivut. 2014. Vahvuuskortit. Viitattu 2.2.2014.
www.sosiaaliportti.fi.

THL:n www-sivut. 2014. Yhteisöllisyys. Viitattu 3.10.2014.
www.thl.fi

Unicefin www-sivut. Yleissopimus lapsen oikeuksista. Viitattu 3.10.2014.
www.unicef.fi

Vilkka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä. Gummerus Kirjapaino Oy.

Valkonen, L. 2007 On hyvä tietää mitä lapsi tuntee. Viitattu 4.11.2014.
www.lapsiasia.fi

Väestöliiton www-sivut. 2014. Vanhemmuus. Viitattu 29.9.2014.
www.vaestoliitto.fi

PALAUTE 27.5.2014

A.) Mihin ryhmäkertoihin osallistuitte?

Ympyröi.

- | | |
|---------|--------------------|
| 1.kerta | Tutustuminen |
| 2.kerta | Pullan leipominen |
| 3.kerta | Aarrekartta |
| 4.kerta | Grillaus |
| 5.kerta | Ulkoilu(säävaraus) |

B.) Seuraavassa kohdassa muutamia kysymyksiä. Ympyröi vastauksestasi kertova numero.

5=erittäin hyvin	4=hyvin	3=ei hyvin eikä huonosti
2=huonosti	1=erittäin huonosti	0=en osaa sanoa

Koitteko tämän ryhmän teille tarpeelliseksi?	5	4	3	2	1	0
Oliko aiheet teitä koskettavia?	5	4	3	2	1	0
Osallistuitteko mielellänne ryhmiin mukaan?	5	4	3	2	1	0

C.) Vapaa palaute:

Esim. risut ja ruusut, ohjaajille terveisiä, mitä jäi puuttumaan, jne. Voitte tarvittaessa jatkaa kääntöpuolelle.

Kiitokset palautteesta ja mukavista ryhmähetkistä. Hyvää kesää! Toivottaen Vilma ja Tanja.